

報 告

大学連携事業としての地域密着型食育活動の展開 — 3 年間の取組ならびに今後の課題 —

近江 雅代* 境田 靖子* 青木 るみ子* 辻澤 利行**
秋房 住郎** 日高 勝美** 田川 辰也*

＜要 旨＞

本事業は、西南女学院大学および九州歯科大学の教育研究資源を相互に有効活用した、教員と学生の協働による地域密着型食育活動である。また、地域住民に対する食育活動を推進すると同時に、参加型学生教育として、学生の積極的参加を促している。2014～2016 年度の 3 年間に於いて、参加者の世代は幅広く、回を重ねるにつれ、参加者数は漸増した。また、本事業への参加回数が多いほど、参加者の講演に対する理解度は高く、生活習慣の改善が認められた。このことから、本事業は健康日本 21（第二次）の目標達成に繋がる健康づくりの場の構築に寄与しているものと思われる。また、参加率の高かった回は学生による給食提供があり、事業実施者の顔が見えるコンテンツが参加率上昇の一翼を担ったものと推察される。さらに、参加者の約半数以上がリピーターであり、本事業が参加者同士の交流の場となり、参加者全体の健康増進に対する意識を高めているものと思われる。今後、より一層の参加率増を目指し、引き続き、地域住民の意見を積極的に取り入れた地域貢献事業として展開したいと考える。

キーワード：大学連携、食育、公開講座、地域貢献、生活習慣病予防

I. 目的

すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすためには、何よりも『食』が重要である。『食育』は生きる上での基本であり、知育、徳育および体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することのできる人間を育むことである。しかし、社会経済情勢が目まぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は毎日の『食』の大切さを忘れがちである。我が国の食生活は時代の変化に伴い、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向等の問題が生じ、人々は自ら『食』のあり方を学ぶことが求められている。こうした『食』をめぐる環境の変化の中で、国民の『食』に関する考え方を育て、健全な食生活を実現すべく、食育推進に関する取組を総合

的かつ計画的に推進するため、2005 年（平成 17 年）6 月『食育基本法』が制定された¹⁾。

現在、我が国は世界有数の長寿国であり、生活習慣病が死因の約 6 割、国民医療費の約 3 割を占め、その予防および改善が国民的課題であることから、生活習慣病の予防および改善につながる食育推進が必要であることは言うまでもない^{2, 3)}。食の多様化により引き起こされた生活習慣病やメタボリックシンドロームの蔓延を解決するためには、食育としての取組が必要である。とりわけ、2012 年（平成 24 年）国民健康・栄養調査『都道府県別の肥満及び主な生活習慣の状況』によると、福岡県は、野菜摂取量の平均値（20 歳以上）では、男性 43 位、女性 40 位と低位となっている。さらに、男性の喫煙率の高さは 11 位である。一方、歯喪失の主原因である歯周病は 40 歳代から急増しているものの、歯周疾患健診の受診率は 3 % と低迷している⁴⁾。これらは、福岡県における地域住民の生活習慣

* 西南女学院大学保健福祉学部栄養学科

** 九州歯科大学歯学部口腔保健学科

病予防および歯・口の健康維持のための積極的な食育推進が必要なことを示唆している。食育基本法の開始から、食育推進基本計画および第2次食育推進基本計画に基づき、食育は着実に推進・進展している一方、我が国の高齢化は急速に進み、健康寿命の延伸は我が国の重要な課題である。

そこで、本学栄養学科および九州歯科大学は、2014年度より、『食と健康』に関する啓発活動を通して、地域と大学との連携を深め、地域住民の健康増進に貢献することを目的とした公開講座を開催している。本事業への参加者数は増加の一途を辿り、地域住民の食と健康に対する関心の高さ、ならびに、本事業に対する満足度の高さを実感し、同時に、地域への定着化も認められ、地域密着型食育活動として、浸透しつつある⁵⁾。また、2016年3月、第3次食育推進基本計画が策定され、重点課題として、第2次計画に引き続き『健康寿命の延伸につながる食育の推進』が明記され、健康づくりや生活習慣病予防のための減塩等およびメタボリックシンドローム、肥満・やせ・低栄養の予防等の推進が期待されている。さらに、食育の総合的な促進に関する事項の一つとして、『地域における食育の推進』『食育推進運動の展開』が挙げられている⁶⁾。

本稿では、本学栄養学科および九州歯科大学口腔保健学科による大学連携事業としての地域密着型食育活動の3年間の取組概要ならびに本事業への参加回数と生活習慣改善との関連性について報告する。

II. 方法

西南女学院大学は『食と健康』、九州歯科大学は『口腔保健』の視点から、教員と学生の協働による、地域住民を対象とした食育推進運動として、2014年度より、連携公開講座を開講した（4回/年）。講演と講演後の給食提供をセットとし、地域住民に対し、生活習慣改善に向けた動機づけを行った。また、公開講座に積極的に関わることを通じて、将来の北九州市の食と健康を担う管理栄養士・栄養士・歯科衛生士としての人材の育成を図るため、両大学の学生ボランティアの積極的な参加を募った。

1. 対象者の選定

毎回、食育推進に関するテーマを挙げ、参加者を募集した（定員120名/回）。また、2016年度より、食事提供を実施する回においては、参加者に対し、食材

料費の一部として『200円/回』の負担を依頼している。

2. 広報活動

3か月前より、学科ブログでの情報提供および近隣の市民センター等においてチラシ配布を行った（1,000枚/回）。

3. 公開講座

公開講座は2部制とし、第1部は講演（60～90分実習含む）および食育イベント、第2部として、テーマに則した給食提供および質疑応答を行った。また、昼食後、アンケート調査を実施し、参加者の満足度評価の指標ならびに今後の課題とした。

1) 第1部

講演は両大学教員が行った。食育イベントは健康増進に関連した内容とし、各回のテーマに合わせて、身体計測・口腔ケア・血管年齢測定・血圧測定・食事診断等、教員および学生スタッフによる協働にて実施した。

2) 第2部

講演のテーマに合わせた昼食献立を考案し、提供した。献立作成、提供に至るまでの栄養価算定、発注、検収、大量調理、提供および栄養媒体（リーフレット）の作成は、西南女学院大学栄養学科の教員および学生が行った。また、昼食提供後、参加者に対してアンケート調査を実施し、参加者の満足度評価の指標ならびに今後の課題とした。

4. アンケート調査

1) 調査方法

参加者に対して、『西南女学院大学・九州歯科大学連携公開講座に関するアンケート』を実施した。調査実施期間は2014年7月～2016年12月であり、自記式無記名式質問紙調査とした。記入済みアンケート用紙は、昼食会場出入りに設置した回収ボックスに参加者自身が投函した。アンケート回収数は、3年間で延べ『1,111名』、平均回収率は『91.3%』であった。

2) 調査内容

主な質問項目は『対象者の属性（性、年齢、居住地等）』『講演内容に対する理解度』『提供した食事内容に関する評価（量、味、総合評価）』および自由記述とした。2015年度以降は、『公開講座への参加回数』および『生活習慣に関する15項目』を調査項目として追加した。

3) 分析方法

アンケートの提出により、研究趣旨に同意を得られ

たとし、分析対象とした。各回で集計を行い、基本属性、講演内容および食事内容に関する項目に関しては単純集計を行った。また、本事業への参加回数と生活習慣改善との関連性について比較検討するため、2016 年度第 4 回アンケート回収数 103 件のうち、対象者の属性および参加回数に欠損値のない集計結果（79 名）を分析対象とし（有効回答率 76.7%）、参加回数 4 回以上群 30 名（62.0%）と参加回数 3 回以下群 49 名（37.9%）の 2 群に分け、『講演内容に対する理解度』ならびに『生活習慣に関する 15 項目』について、Fisher の直接確率検定または Pearson のカイ二乗検定を用い、解析した（有意確率 5 %未満）。

5. 倫理的配慮

本研究は、西南女学院大学ならびに九州歯科大学の倫理委員会の承認を受けて行った（2014 年度受付番号第 2 号）。研究の実施に際し、口頭および文章で研究の目的、意義、内容について十分な説明を行い、無記名の調査票の提出をもって同意が得られたものとした。

Ⅲ. 結果

2014 年度より、北九州市における食育推進のため、西南女学院大学は『食と健康』、九州歯科大学は『口腔保健』の視点から、毎回、公開講座のテーマを掲げ、講演と給食提供をセットとした食育推進活動を開始した。2014～2016 年度公開講座の実施概要（テーマ、食育イベントおよび食事内容）については、表 1 に示した。開催日はいずれも土曜日とし、9：00 より受付開始、終了時刻はおおよそ 13：00 であった。

これまでの参加者は、3 年間で延べ『1,221 名』であった（表 2）。女性の平均参加率は 71.2%と毎回高かったのに対し、男性は 10%未満であった。また、参加者の年齢は、ほとんどの回において、50 歳以上が 80%以上を占め、50 歳未満は 10%程度であった。しかしながら、参加者の年代は 20 歳未満から 80 歳代以上までと幅広く、中でも 70 歳代の占める割合が約 40%であった（図 1）。

表 1：2014～2016 年度公開講座実施概要

	回	開催日	テーマ	食育イベント	食事
2014 年度	第 1 回	7 月 12 日	メタボリックシンドローム ～その予防と改善～	腹囲測定	メタボ予防食
	第 2 回	9 月 27 日	日本人で最も多い病気 ～高血圧の予防と治療～	血圧・血管年齢測定	減塩食
	第 3 回	12 月 6 日	よく噛んで食べることの大切さを 学びませんか？	口腔ケア	噛み噛み御膳
2015 年度	第 1 回	6 月 27 日	糖尿病の波瀾 ～速すぎた食事の変化～	身長・体重測定 血管年齢測定	糖尿病予防食 (500kcal)
	第 2 回	8 月 29 日	残暑も乗り切れ！夏バテ知らずの食生活！ ～脱水・疲労注意報にご用心～	塩味閾値判定・食事診断 血圧・血管年齢測定	学生考案弁当 (市販)
	第 3 回	10 月 17 日	油（脂）と上手に付き合うには？ (シンポジウム)	骨密度測定・食事診断 油脂の展示・野菜 350g 計量	学園祭のため 給食提供なし
	第 4 回	12 月 5 日	歯周病と全身疾患（特に糖尿病）との関連 ～歯を保存することの重要性～	唾液検査 歯科・口腔保健相談（個別）	骨粗鬆症予防食
2016 年度	第 1 回	7 月 2 日	認知症って生活習慣病なの？ ～食事から始める認知症予防～	認知症予防体操 脳年齢簡易診断 骨密度・血圧測定・食事調査	健やか御膳 (まごわやさしい)
	第 2 回	8 月 27 日	いつまでも、おいしく健やかに！ ～高齢期の食事を考える～	骨密度測定・食事調査 治療用特殊食品の紹介	学生考案弁当 (高齢者向け：市販)
	第 3 回	10 月 15 日	ロコモティブシンドロームって何？ ～健康寿命は身体づくりから～ (シンポジウム)	口腔模型等の展示・食事診断 骨密度測定・食事調査 栄養・医療相談（個別）	学園祭のため 食事提供なし
	第 4 回	12 月 3 日	お口の異変に気づいていますか？ ～口の中にもがんがあります～	ミニレクチャー 歯科・口腔保健相談（個別） 骨密度測定・食事調査	がん予防食

表 2：参加者の属性

人数(%)

	2014 年度			2015 年度				2016 年度				合 計	
	第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回		
参加者数	72	98	118	136	144	102	127	133	84	105	102	1221	
アンケート回収数	67(93.1)	84(85.7)	85(72.0)	115(84.6)	136(94.4)	91(89.2)	122(96.1)	130(97.7)	86(102.4)	92(97.6)	103(101.0)	1111(91.3)	
性別	男性	7(10.4)	11(13.1)	8(9.4)	10(8.7)	9(6.6)	6(6.6)	9(7.4)	8(6.2)	5(5.8)	5(5.4)	6(5.8)	84(7.6)
	女性	44(65.7)	38(45.2)	58(68.2)	87(75.6)	115(84.6)	60(65.9)	93(76.2)	91(70.0)	61(70.9)	67(81.7)	77(74.8)	791(71.2)
年齢	50 歳未満	28(41.8)	11(13.1)	13(15.3)	15(13.0)	18(13.2)	6(6.6)	8(6.6)	7(5.4)	8(9.3)	4(4.3)	3(2.9)	121(10.9)
	50 歳以上	39(58.2)	73(86.9)	71(83.5)	94(81.7)	115(84.6)	78(85.7)	112(91.8)	120(93.8)	75(87.2)	84(91.3)	98(95.1)	959(86.3)

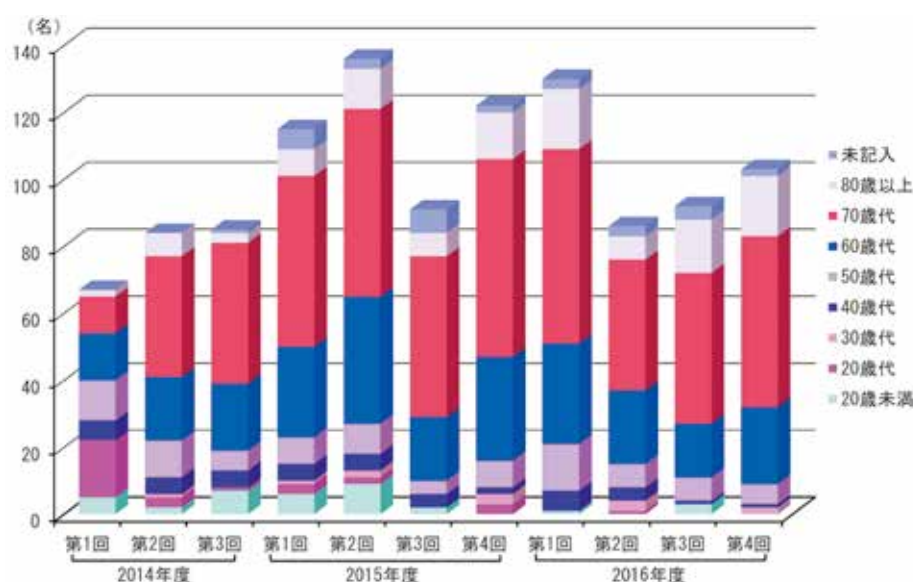


図 1：参加世代

公開講座を開始した 2014 年度第 1 回の応募者数は、100 名にも満たなかったが、開催回数とともに、参加希望は増加し、平均応募者数 134 人と、定員（120 名）を超え、2016 年度第 2 回では抽選を行うまでに至った。全 11 回の平均参加者数は 111 名であり、平均参加率は 86.4%であった。また、学生による給食提供を行った回の平均参加率は 91.5%であったのに対し、給食提供を行わなかった回では 77.6%であった。特に、食事テーマ『噛み噛み御膳』『メタボ予防食』『糖尿病予防食（500kcal）』『減塩食』『骨粗鬆症予防食』『健やか御膳（まごわやさしい）』の参加率は全体平均より高く、いずれも学生による給食提供が実施された回であった（表 3）。

本事業の開催回数は、3 年間で全 11 回であった。参加者の本事業への参加回数は、『初めて』の者が約 10%であり、2 回以上の者が大半を占め、参加者のほとんどがリピーターであった（表 4）。『講演についての理解度』では、『本日の公開講座を聞いて、食と健康についての理解を深めていただけましたか』との質問に対し、全対象者が『大変深まった』『やや深まった』との回答であり、いずれの群においても『大変深まった』と答えた者が 70%以上であった。また、参加回数 4 回以上群は 3 回以下群に比し、理解度が有意に高かった（ $p < 0.05$ ）（表 5）。『生活習慣に関する 15 項目』では、『連携公開講座に参加して、普段の生活で心がけようになったことはありますか。当てはまるものす

べてに○印をつけてください。』との質問に対し、参加回数4回以上群は3回以下群に比し、『減塩』『脂肪を摂りすぎない』『魚を食べるようにする』『よく噛んで食べる』『定期的に体重測定をする』『定期的に血圧測

定をする』といった講演内容に即した食行動・食スキルについての実践率が有意に高かった ($p < 0.05$) (表6)。

表3：参加者数および参加率

	回	食事	応募者数 (名)	参加証発送数 (名)	参加者数 (名)	参加率 (%)
2014年度	第1回	メタボ予防食	75	75	72	96.0
	第2回	減塩食	104	104	98	94.2
	第3回	噛み噛み御膳	118	118	118	100.0
2015年度	第1回	糖尿病予防食 (500kcal)	144	144	136	94.4
	第2回	学生考案弁当 (市販)	157	157	144	91.7
	第3回	なし	131	131	102	89.2
	第4回	骨粗鬆症予防食	144	144	127	93.7
2016年度	第1回	健やか御膳 (まごわやさしい)	142	142	133	93.7
	第2回	学生考案弁当 (市販)	182	129	84	65.1
	第3回	なし	139	139	105	75.5
	第4回	がん予防食	138	138	102	73.9

表4：参加回数および参加人数

参加回数	人数 (名)	%
初めて	8	10.1
2～3回	22	27.8
4～6回	28	35.4
6回以上	21	26.6
合計	79	100.0

表5：講演内容に対する理解度

	3回以下群 (n=30)		4回以上群 (n=49)		p 値
	(名)	(%)	(名)	(%)	
①大変深まった	22	73.3	45	91.8	0.030*
②やや深まった	8	26.7	4	8.2	
③どちらとも言えない	0	0.0	0	0.0	
④あまり深まらなかった	0	0.0	0	0.0	
⑤全く深まらなかった	0	0.0	0	0.0	

(* Fisher の直接確率検定)

表 6：生活習慣に関する 15 項目

	3 回以下群 (n=30)		4 回以上群 (n=49)		p 値
	(名)	(%)	(名)	(%)	
①食べ過ぎないようにしている（カロリー制限している）	18	60.0	39	79.6	0.059
②塩分を摂り過ぎないようにしている（減塩している）	20	66.7	45	91.8	0.004**
③脂肪（あぶら分）を摂り過ぎないようにしている	21	70.0	45	91.8	0.014*
④甘いもの（糖分）を摂り過ぎないようにしている	19	63.3	35	71.4	0.453
⑤お酒（アルコール）を飲み過ぎないようにしている	15	50.0	28	57.1	0.536
⑥野菜を意識して、食べるようにしている	22	73.3	44	89.8	0.055
⑦肉に偏らず、魚を食べるようにしている	15	50.0	38	77.6	0.011**
⑧よく噛んで食べるようにしている	13	43.3	35	71.4	0.013**
⑨定期的に体重を計測するようにしている	17	56.7	39	79.6	0.029**
⑩定期的に血圧を測定するようにしている	13	43.3	33	67.3	0.036**
⑪健康診断、歯科検診等を定期的に受診するようにしている	18	60.0	34	69.4	0.393
⑫運動をするようにしている	18	60.0	35	71.4	0.294
⑬睡眠で休養を充分にとるようにしている	14	46.7	33	67.3	0.069
⑭気分転換・ストレス解消をするようにしている	17	56.7	36	73.5	0.123
⑮①～⑭にあてはまるものがない	1	3.3	3	6.1	0.583

(* Fisher の直接確率検定)

(**Pearson のカイ二乗検定)

IV. 考察

我が国の食料消費は少子高齢化、単身世帯の増加、食の外部化の進展等により大きく変化し、主食である米、野菜の消費量が減少する一方、畜産物、油脂等が増加する傾向が続いてきた⁷⁾。現在に至るまで、これらに起因する肥満や生活習慣病を予防し、食生活の改善が図られるよう、食育基本法に基づき、様々な食育推進活動が行われている。しかし、肥満や生活習慣病は引き続き我が国の国民的課題である一方で、若い女性の痩せ、高齢者の低栄養傾向等の健康面における問題への対応も必要である。

2014 年度より、本学栄養学科および九州歯科大学口腔保健学科は、大学連携事業として、『食と健康』に関する公開講座を開催している。3 年間の参加者数は延べ『1,221 名』に上り、参加者の約半数以上がリピーターである。このことは、本事業に対する参加者の満足度および地域への定着化を示しており、地域における食育推進活動として、十分に浸透しているものと思われる。また、参加者の半数以上は高齢者であり、第

3 次食育推進基本計画の具体的な施策である『高齢者に対する食育推進』の普及啓発活動として、本事業は重要な役割を果たしているものと推察される。

本事業は地域住民に対する食育推進活動であり、参加者自身の生活習慣改善への強い動機づけは生活習慣病の重症化予防および健康寿命の延伸へと繋がる。さらに、健全な食生活を実践するためには、国民一人一人が自分にとって必要な食事の量を把握し、その人に適した食事を摂ることが必要であることから、栄養バランス等に配慮した食生活を送っている国民の割合の増加が期待されている。第 3 次食育推進基本計画において、重点課題として、『健康寿命の延伸につながる食育の推進』が掲げられ、食育の推進に当たっての目標値が設定されている⁶⁾。第 3 次食育推進基本計画の目標『生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践する国民の割合』では、現状値 69.4%（2015 年度）から目標値 75%以上（2020 年度）、『ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合』では、現状値 49.2%（2015 年度）から目標値 55%以上（2020 年度）への増加を目指している。

本事業は講演に加え、そのテーマに合わせた食育イベントおよび食事提供を行うことにより、参加者の生活習慣改善への気づきや動機づけを促すことを狙いとしている。実際、本事業への参加回数が多いほど、参加者の講演に対する理解度は高まり、そのテーマに関連した生活習慣改善に繋がったものと思われる。また、本事業への参加回数が4回以上の参加者では、生活習慣改善としての実践率が『定期的な体重計測：79.6%』『減塩：91.8%』『脂肪を摂りすぎない：91.8%』『よく噛んで食べる：71.4%』であり、既に2020年度の目標を達成している。すなわち、本事業は健康寿命につながる食育の推進として、大きな役割を担っており、地域密着型公開講座として十分に評価しうるものと考えられる。また、本事業への参加率の高かった回は学生による給食提供があり、参加者にとって『学生による手作り』といった事業実施者の顔が見えるコンテンツが参加率の上昇に寄与していることが推察された。

『二十一世紀における第二次国民健康づくり運動（健康日本21（第二次））』は2013年度から2022年度までの10年間の計画であり、健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現を目指し、国民の健康の増進の総合的な推進を図るため、53項目の具体的な目標が設定されている⁸⁾。基本的な方針の中でも、国民の健康増進を形成する基本要素となる栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙および歯・口腔の健康に関する生活習慣改善は重要である。地域や職場等を通じて、生活習慣病を発症する危険度の高い集団や、総人口に占める高齢者の割合が最も高くなる時期に高齢期を迎える現在の青壮年期の世代への生活習慣改善ならびに健康増進への働きかけを進めることにより、健康日本21（第二次）に掲げられている目標を達成することができる。本事業の参加者の年齢は50歳以上が80%以上を占めており、生活習慣改善を行うべき対象集団である。本事業への参加回数が多い参加者において、食行動・食スキルについての実践率が高かったことから、本事業は生活習慣改善ならびに健康増進への働きかけとしての役割を果たしているものと推察される。また、健康日本21（第二次）の基本的方針には『健康を支え、守るための社会環境の整備』が掲げられ、『地域のつながりの強化（居住地域でお互いに助け合っていると思う国民の割合の増加）』および『健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている国民の割合の増加』を目標としている。国は国民が主体的に行う健康づくりの取組を総合的に支援するだけでなく、地域や社会の絆、支援等が機能することにより、社会全体が相互に支え

合いながら、国民の健康を守る環境整備を目指している。本事業の参加者の多くは地域住民（北九州市在住）であり、かつ、半数以上がリピーターである。このことは、本事業が地域住民の健康づくりの場として定着していることに加え、参加者同士の交流の場としての役割を果たすことにより、参加者全体の健康増進に対する意識向上およびQOLの向上を支援している可能性も示唆された。さらに、本事業は住民の主体的参加により成立しており、国民が健康を支え、守るための目標達成に対しても、十分に貢献しているものと思われる。

今後も引き続き、これまでの公開講座を基盤とし、本学は主として『食と健康』の立場から、九州歯科大学は『口腔保健』の視点から、毎回テーマを決めて、地域住民の健康増進に貢献するための公開講座の開講を目指す。また、2017年度より、本学部の特徴である『看護・福祉・栄養』を活かした公開講座を開催することとし、地域密着型の食育活動を展開している。『身体・健康』、『心の健康』、心身の健康を支える『食と栄養』の3分野が連携・協働することにより、これまで以上に有益かつ幅広い分野の知識の教授が可能となり、地域住民自身の生活習慣改善への強い動機づけに繋がるものと思われる。また、本事業への学生の積極的参加を促し、将来を担う専門的知識を有する人材の養成・育成にも役立てたいと考える。

V. 謝辞

本公開講座にご参加いただきました地域住民の皆様、ならびに、多大なるご協力を賜りました西南女学院大学および九州歯科大学の教職員・学生の皆様に対し、心より感謝申し上げます。なお、本研究は『平成26年度北九州市学術・研究振興事業：大学連携促進助成金』『一般社団法人日本栄養士養成施設協会助成金』『2014～2016年度西南女学院大学共同研究費』の助成により実施されたものである。

参考文献

- 1) 内閣府：食育基本法、平成17年6月17日、法律第63号、2005（最終改正：平成27年9月11日、法律第66号、2015）
- 2) 厚生労働省：平成26年人口動態統計（確定数）の概要。

- <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei15/index.html> (2017 年 9 月 12 日アクセス可能)
- 3) 厚生労働省：平成 26 年度国民医療費の概況. <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-iryohi/14/index.html> (2017 年 9 月 12 日アクセス可能)
- 4) 厚生労働省：平成 24 年国民健康・栄養調査報告. <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyoudl/h24-houkoku.pdf> (2017 年 9 月 12 日アクセス可能), 平成 26 年 3 月, 2014
- 5) 青木るみ子, 田川辰也, 辻澤利行他：大学連携事業としての地域密着型食育活動の展開－2014 年度事業概要ならびに成果報告－. 西南女学院大学紀要. 20 : 77-86, 2016
- 6) 内閣府：第 3 次食育推進基本計画. <http://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/index.html> (2017 年 9 月 12 日アクセス可能), 平成 28 年 4 月 1 日, 2016
- 7) 農林水産省：我が国の食生活の現状と食育の推進について. http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/meguji_201603.pdf (2017 年 9 月 12 日アクセス可能), 平成 28 年 3 月, 2016
- 8) 厚生労働省：健康日本 21 (第二次). http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippon21_01.pdf (2017 年 9 月 12 日アクセス可能), 平成 24 年 7 月, 2012

Joint Activities of Universities for the Improvement of Lifestyle Habits of Community-residing Adults : Three Year Summary and Future Issues

Masayo Oumi ^{*}, Yasuko Sakaida ^{*}, Rumiko Aoki ^{*}, Toshiyuki Tsujisawa ^{**},
Sumio Akifusa ^{**}, Katsumi Hidaka ^{**}, Tatsuya Tagawa ^{*}

<Abstract>

The Department of Nutritional Sciences at Seinan Jo Gakuin University and the Department of Oral Health Care Sciences at Kyushu Dental University started a joint project for improving lifestyle habits of local residents in Kitakyushu City in 2014. The activities of this project consisted of extension lectures for some of the lifestyle-related diseases and a meal prepared with consideration of the characteristics of the disease. At the same time as promoting food-educational activities for local residents, we encouraged students to participate positively in the activities as a type of participatory education. During the three years from 2014 to 2016, we held such activities. The generation of participants was broad and the number of participants has gradually increased during that time. As the number of times for participation in this project was large, the degree of understanding of the lectures by participants was high and they improved their lifestyle habits. It seems that this project is contributing to the establishment of a health promotion site which is leading to the achievement of a healthy Japan 21 (second) goal. Also, in the times when the participation rate was high, students provided meals, and it can be inferred that the content that the face of the project executer sees played a part in raising the participation rate. In addition, more than half of the participants were repeaters, and this project is a place of interaction among participants which is thought to enhance awareness of health promotion among the participants. In the future, we aim to further increase the participation rate and continue to develop this as a regional contribution project that actively incorporates the opinions of local residents.

Keywords: cooperation of universities, providing a meal, extension lectures,
community-residing adults, improvement of lifestyle habits

* Department of Nutritional Sciences, Faculty of Health and Welfare, Seinan Jo Gakuin University

** School of Oral Health Sciences, Faculty of Dentistry, Kyushu Dental University

